

## Extraits d'un témoignage de bénévole JALMALV

Depuis plusieurs années, chaque semaine, je passe quelques heures auprès de personnes âgées, de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, ou de personnes en fin de vie soit à domicile, soit en EHPAD. Toutes ont plus ou moins en tête d'être dans « la dernière ligne droite » de leur existence, que ce soit à très court terme comme les personnes en soins palliatifs, ou à plus long terme comme les personnes âgées dépendantes...

*Pas plus que d'autres, je n'ai de réponse aux angoissantes questions qu'ils se posent ; je suis simplement là...*

*Contrairement à ce qu'on peut penser, ces visites sont souvent gaies ; malgré « l'épée de Damoclès » la vie continue et peut comporter du beau jusqu'à son terme...*

*Pour moi en tout cas, que de merveilleux moments !*

Compte-tenu de la grande fragilité des personnes visitées, on comprend aisément que ce type de bénévolat soit très encadré.

Que faisons-nous lors de ces rencontres ?

Nous rencontrons uniquement les personnes qui le souhaitent.

*Nous n'avons pas d'objectif à atteindre, nous sommes « au fil de l'eau », à l'écoute de la personne accompagnée. Parfois, une simple présence suffit lorsque le malade n'est plus en mesure de communiquer ; tenir une main en silence devient alors plein de sens...*

Très souvent aussi, nous sommes à l'écoute des familles ou des soignants en souffrance. *Notre position de bénévole est donc très particulière. Nous ne sommes ni soignant, ni psychologue, ni aumônier, ni ami, ni famille ; en fait de simples représentants de la société civile, et nous n'avons à proposer que notre disponibilité. Le malade a souvent conscience de cette singularité qui nous met socialement sur un pied d'égalité avec lui.*

*Que ce soit pour des conversations banales ou des récits de vie émouvants, nous offrons notre présence. Et il arrive parfois qu'on nous confie, cadeau inouï, ce qui ne peut être dit ni aux soignants ni à ses proches. Nous avons alors un devoir de confidentialité absolu.*

*Bien entendu, nous sommes régulièrement confrontés avec la mort. Il arrive même que ça nous cause un réel chagrin lorsqu'une relation a été plus approfondie ; d'où l'importance d'être formés et suivis lors des groupes de parole encadrés par un psychologue.*

*Je trouve du bonheur dans ces accompagnements. J'ai même coutume de dire que le seul jour de la semaine où je suis absolument certain d'être heureux, c'est le jour de mon bénévolat...*

Pourtant, lorsque je parle de cet engagement, la réponse est presque invariablement : « C'est extraordinaire mais trop difficile pour moi ». Je crois que c'est doublement faux :

*Il n'y a rien d'extraordinaire à faire quelque chose qui donne tant de satisfactions. C'est à la portée de toute personne intéressée par le sujet.*

*La fin de vie est en général entourée de silences, de non-dits. Mais lorsqu'elle se présente, il est bon de savoir qu'il existe des structures qui peuvent aider à accompagner un proche. Les centres hospitaliers sont demandeurs de bénévoles Jalmalv*

Si vous pensez que ce type d'action vous correspond, n'hésitez pas à nous contacter.